Nr. 11. SOSNOWIEC, dnia 15 marca 1936 roku. Rok III.

DODATEK PARAFJALNY

Jednajcie prenumeratorów prasy katolickiej.

do TYGODNIKA „NIEDZIELA"
Parafja Wniebowzięcia Najświętszej Marji Panny.

Apostołem bądź, nietylko czytelnikiem.

Porządek nabożeństw

w Kościele Parafjalnym Wnieb. Najśw. Marji Panny.

Niedziela III W. Postu (15. III.)

g. 6. Prymarja — ks. Kiwacz, nauka — ks. Jung.

g. 8. Msza św. z nauką — ks. Kiwacz.

g. 9.30 Msza św. dla szkół — ks. Łopaciński, nauka — ks. prof. Giebartowski.

g. 11 Suma — ks. prof. Giebartowski, kazanie — ks. Kiwacz.

g. 12,30 Msza św. — ks. prof. Giebartowski, nauka — ks. Łopaciński.

g 9,30. W kaplicy Huta Milowice Msza św. z nauką ks. Jung.

g. 15. Gorzkie Żale ks. Jung, nauka pasyjna — ks. Łopaciński.

Od g. 18 dnia 15. III. do g. 18 dnia 21. III. dyżurnym ks. Kiwacz, wice-dyżurnym ks. Jung.

Kalendarzyk Zebrań.

Niedziela dnia 15 marca godz. 12,15 III Zakon św Dominika, godz. 16,30 Plenarne K. S. M. Męskiej.

Poniedziałek dnia 16 bm. godz. 19 Kółko oświatowe.

Wtorek dnia 17 bm. godz. 19 Swietlica K. S. M. Męskiej.

Sroda dnia 18 bm. godz. 19 Kurs robót K. S. M. Żeńskiej.

Czwartek dnia 19 bm. g 17 Swietlica K. S. Kobiet, godz. 18—19 Bibljoteka Parafjalna, godz. 19,15 Kurs wykształcenia, godz. 19 Swietlica K. S. M. Męskiej, godz. 20 Wykład K. S. Mężów.

Piątek dnia 20 bm. godz. 19 Chór K. S. M. Żeńskiej.

Sobota dnia 21 bm. godz. 15 Zarząd Sodalicji Marjańskiej Pań, g. 17 Plenarne Sodalicji Marjańskiej Pań, godz. 19 Swietlica K. S Mężów, godz. 19 Swietlica K. S. M. Męskiej.

Niedziela dnia 22 bm. godz. 10 Plenarne Sodalicji Marjańskiej Panien, godz. 16,30 Ogólne Bractwa Zywego Różańca, godz. 17 Plenarne K. S. M. Żeńskiej.

Komunikaty.

1. W niedzielę, dnia 15-go b. m. o godz. 8 rano odprawiona będzie Msza św. w intencji członków i członkiń Żywego Różańca. Wszyscy winni przystąpić w dniu tym do Stołu Pańskiego w celu dostąpienia Odpustu zupełnego, udzielonego przez Kościół wiernym, należącym do Bractwa Zywego Różańca.

2. W ciągu bieżącego tygodnia obowiązuje wszystkich katolików w poniedziałek, wtorek, środę i czwartek post bez wstrzemięźliwości, to znaczy w te dni wolno jeść z mięsem, ale w ciągu dnia raz do sytości; natomiast w piątek i sobotę obowiązuje post i wstrzemięźliwość, to znaczy bez mięsa i raz w ciągu dnia do sytości.

3. Od dnia 21 do 29 marca t. j. przez 8 dni odprawiane będą nabożeństwa oktawalne za zmarłych z katafalkiem i wiljami tak jak w okresie Wszystkich Swiętych.

Zapisy przyjmuje Sekretarjat Parafjalny Akcji Katolickiej, kancelarja Parafjalna i dyżurny w zakrystji w czasie nabożeństw.

Drodzy w Chrystusie Panu Parafjanie.

Niedziela III W. Postu. (15.III)

O postanowieniach.

Zawsze doznajemy uczucia zgrozy, gdy ktoś wypowie imię nieszczęsnego zdrajcy „Judasza". Zdrada i hańba ciążą na nim po wsze czasy. Powrót do grzechu ciężkiego jest czemś tak okropnem, jak zdrada. Zwykle postanowienia poświadczamy słowem honoru, dajemy zapewnienia, że go dotrzymamy. Ileż to postanowień już niedotrzymaliśmy; niejeden może o sobie powiedzieć, że tyle razy nie dotrzymał ile razy postanowienie zrobił. „Już nigdy w ten dom nie wejdę, z którego wyszedłem" mówi niejeden, przysięga się na wszystko — aż do najbliższej sposobności. Dobre postanowienia uwidacznia się przez czyn. Czyn zaś powinien zacząć się natychmiast, gdy po otrzymaniu na spowiedzi rozgrzeszenia, człowiek zamknie drzwi kościoła za sobą.

Dobre postanowienia robi się, ze świętą powagą; każda minuta, o którą opóźniono poprawę, jest stracona dla wieczności. Trzeba sobie powiedzieć albo, albo.

Dobre postanowienie jest mocne i stanowcze. Dziś zacząć a jutro przestać; dziś być ogniem, jutro lodem; dziś stać jak dąb, jutro chwiać się w jedną i drugą stronę jak trzcina — co to jest?
Dobre postanowienie używa koniecznych sposobów poprawy. Chory chce się wyleczyć. Chciwie chwyta receptę, która zawiera dla niego lekarstwo. Nie da się wziąć na syrenie głosy bliskiej okazji i robi, co mu wskazał spowiednik.

Dobre postanowienie dodaje człowiekowi odwagi, wytrwałości, zaufania we własne siły: przy łasce bożej muszą w końcu zwyciężyć!

Dobre postanowienie atakuje grzechy po jednemu. Czyż zdoła kto duże drzewo z niezliczonemi korzeniami naraz wydobyć? Naprzód piłuje się i wygrzebuje korzenie największe, a mniejsze same się przerywają. Do grzechu który najbardziej krępuje, bierze się dobre postanowienie przedewszystkiem.

Złe postanowienie umie tylko dużo mleć gębą. Dobre ale nieużyteczne jest postanowienie zrobione językiem; trzeba, aby płynęło z serca. Piotr słowa swe: już Pana nigdy się nie zaprę, nie tyle wypowiedział, ile w sercu zapragnął stanowczo wykonać.

Złe postanowienie jęczy: nie mogę. „Nie mogę porzucić tej posady, owej ulubionej nawyczki" i t. d. — Życie, zbawienie duszy stuka żelazną pięścią w serce. Trzeba nie uważać na najcięższe przeszkody, trzeba znieść największe gorycze — łaska boża dopomoże, — a silna wola sięgnie po gwiazdy, by je zdjąć z nieba, jeśli będzie trzeba. Wytrwałość i silna wola znajdują się głęboko w człowieku: można opanować gniew zaciekły, zwyciężyć wabne przyjemności, nakazać milczenie żądzom, chociażby ryczały jak zwierzęta w menażerji, w chwili, gdy otrzymują żarcie, jeno trzeba siły wyrabiać, inaczej, zmarnuje się.

Złe postanowienie używa różnych wykrętów, pomaga sobie wymówkami: „dla drugich okazja stanowi poważne niebezpieczeństwo — dla mnie nie". „Ja napewno więcej nie grzeszę". „Proszę o rozgrzeszenie jesz-

cze tylko ten raz jeden"! Ach te spowiedzie ze złemi postanowieniami, to tylko para i dym.

Tylko dobre postanowienie daje korzyści.

Proboszcz.

Zdrowotne znaczenie postu.

Rozpoczął się Wielki post, a z nim dla niejednej matki i żony obawa i utrapienie. Jako chrześcijanki widzą, że post korzystnie wpływa na duszę ludzką, ale lękają się, czy nie osłabi znów ciała ich najbliższych, o których zdrowie tak im chodzi. Post obecnie został bardzo złagodzony, jest jednakże niemało takich, co z mięsem ani dnia jednego rozstaćby się nie chcieli; raz w tygodniu w piątek i to im trudno. Otóż wiedzieć należy, że lekarze, którzy przed kilkunastu jeszcze latami zalecali mięso jako pokarm najbardziej wartościowy — obecnie z doświadczenia przy badaniu różnych chorób wynieśli przekonanie, że mięsa nie można uważać za podstawę odżywiania, ale tylko jako dodatek do pokarmów dla organizmu ludzkiego bardziej korzystnych. Takim pokarmem są potrawy mączne, jarzyny, owoce i nabiał we wszystkich odmianach. Sama przyroda nam to przypomina, bo i na cóżby Pan Bóg stwarzał tyle przeróżnych roślin i produktów, gdyby tego człowiek dla sił i zdrowia swego nie potrzebował?

Lekarze przekonali się i pouczają, że używanie prawie wyłącznie mięsnych pokarmów prędzej czy później przyjdzie odpokutować dolegliwościami różnego rodzaju, choćby np. tak dziś rozpowszechnionym artretyzmem, w którym lekarze wstrzymania się od mięsa zalecają. Wiadomo, jak teraz częstemi są rożne zgnilizny, rozkładające za życia jeszcze ciało ludzkie jakby już trupie, różne złośliwe nowotwory, ropienia, owrzodzenia, rakowate strupieszenie kości, nietylko mięśni i wewnętrznych czy zewnętrznych organów ciała. Otóż podobno to zbyt jednostajne odżywianie się mięsem tak organizm ludzki po dłuższym czasie zatruwa, że człowiek, który przy właściwem swej naturze odżywianiu się mógłby być krzepki i długowieczny — przy spożywaniu przeważnie mięsnych potraw codzień, a nawet parę razy na dzień, staje się wkrótce sam jakby nieświeżem mięsem, które nie w tem, to w innem miejscu psuć się rozpadać zaczyna.

Rozumieli to już i mędrcy starożytni, sami posilali się bardzo skromnie i nauczali drugich, że post niezwykle jest korzystny dla ducha i ciała. Historja mówi o wielu sławnych mężach, że jadali tylko dwa razy dziennie, a wskutek tego ich władze duchowe nietylko nic nie traciły, lecz nawet zyskiwały. Ale i w naszych czasach łatwo się przekonać (byle chcieć), że mięso i obfite wogóle jedzenie nie bardzo zdrowiu służy. Słyszało się od niejednego, że przymuszony post w czasie wielkiej wojny zdrowiu ich nie zaszkodził, ale wpłynął nawet korzystnie. Ludzie na wsi pilnie przestrzegający postu i wogóle mniej używający mięsa są zdrowsi i silniejsi od wykarmionych mięsem mieszczuchów.

W zakonach, gdzie posty są częste i pilnie zachowywane, mniej bywa chorób i dochodzą tam często bardzo sędziwego wieku.

Trapiści n.p. w czasie Wielkiego Postu jedzą tylko raz dziennie, a pożywienie ich składa się jedynie z chleba, ziemniaków, jarzyn i owoców. Ta prostota pożywienia połączona z pracą na wolnem powietrzu, pozwala trapistom długo zachować zdrowie i setnych lat nieraz doczekać.

Niech te dowody uspokoją kochane gospodynie i panie domu, że post tylko na dobre wyjdzie ich ukochanym. Niech je zachęci do zachowania postu, przy jednoczesnem staraniu się o odpowiedni dobór potraw postnych, o ich dobre przygotowanie i urozmaicenie, co bardzo wartość pożywienia podnosi i na zdrowie wpływa korzystnie.

Ks. T. J.

Kościół parafjalny.

(Dalszy ciąg)

W kościele wszystko nam mówi o Bogu, o naszym celu. Sama budowa, strzelająca w górę, uczy, dokąd powinny dążyć serca nasze.

Zegar na wieży każe spieszyć się w doskonaleniu samego siebie, bo czeka nas wieczność. W kościele Tabernakulum mówi nam o Bogu, o Jego miłości; chciał pozostać z nami, aby był dla nas przyjacielem i pokarmem. Ołtarz na którym się dokonuje ofiara Mszy św., mówi nam o Odkupieniu, mówi, że nasze serca winny być ołtarzem, na którym trzeba składać ustawicznie ofiary umartwienia. Obrazy Świętych mówią do nas: „Bądźcie naśladowcami moimi jako i ja Chrystusów". To są przykłady dla nas. Konfesjonały mówią nam o Sakramencie Pokuty, jak nas Bóg kocha, że mamy możność ciągłego odradzania się, przepraszania majestatu Bożego, zyskania na nowo miłości Bożej i pokoju, Ambona mówi nam o prawdach wiary, które nam Bóg przyniósł, a które mają być skarbem naszym, regułą życia naszego. Chrzcielnica poucza o łasce Bożej, w jaki sposób staliśmy się dziećmi Bożemi, jak zyskaliśmy prawo do domu Bożego i jakie zobowiązania zaciągnęliśmy. Tak — wszystko podnosi dusze nasze do Boga.

Nic dziwnego, że dom Boży był zawsze otaczany największym szacunkiem. Na służbę Bożą przeznaczany jest poświęceniem, a nawet uroczystą konsekrację. Pamiątkę konsekracji czci się corocznie osobnem świętem Poświęcenia kościoła.

Wierni czczą i kochają kościół, przywiązują się do niego. Czczą, boć tu jest mieszkanie Boga, boć tu tak wielkie dzieją się rzeczy. Przypominają sobie słowa Jakóba: „O jako to miejsce jest straszne. Nie jest tu inszego nic, jedno dom Boży, a brama niebieska". Rodz. 28, 17 i dlatego z uszanowaniem zachowują się w kościele, w zakrystji, na placu kościelnym. Mowy milkną, a konieczne porozumiewanie odbywa się szeptem, dlatego też kościół zwyczajnie stoi na uboczu, zdala od hałasu i zgiełku, żeby łatwiej można było zachować milczenie.

Ks. T. J.

Wiadomości.

Katolickie Stow. Kobiet.

Zarząd Katolickiego Stowarzyszenia Kobiet, zawiadamia wszystkie członkinie, że zebranie plenarne, które miało się odbyć dnia 15 marca, ze względu święta patronalnego zostało przesunięte na dzień 22 marca.

Redaktor: Ks. Teofil Jankowski. — **Wydawca:** Sekretarjat Parafji Wniebowzięcia N. M. P. w Sosnowcu.

Sosnowieckie Zakłady Graficzne Sp. z o. o. Sosnowiec, Warszawska 8, tel. 1-98.